

Kinderen met plasklachten overdag (hypo actieve blaas)

Inleiding	2
Hoe werkt het plassen normaal?	2
Hypo actieve blaas	2
Wat kan er aangedaan worden?	3
Thuis trainen	3
Tenslotte	3

Inleiding

Deze folder geeft informatie over de begeleiding van kinderen op de Plas- en Poeppoli met plasklachten overdag ten gevolge van een hypo actieve blaas.

Hoe werkt het plassen normaal?

Wanneer de blaas gevuld is met plas, krijgt het kind het gevoel dat het moet plassen; dat noemen we aandrang. In de normale situatie is het gevoel van aandrang niet zo sterk dat het kind naar een wc moet rennen. Er kan rustig een wc worden opgezocht. Als de blaas nog niet zo heel vol is, kan het gevoel van aandrang ook weer verdwijnen maar het komt na een tijdje, als de blaas nog voller is geworden, weer terug.

Hypo actieve blaas

2 Kinderen met een hypo actieve blaas hebben een blaasinhoud die fors groter is in verhouding tot de leeftijd van het kind. Deze forse blaasinhoud ontstaat doordat deze kinderen te goed en te lang hun plas ophouden. Dit is een onomkeerbaar proces. Veelal houden deze kinderen hun plas gedurende een hele schooldag op, omdat zij bijvoorbeeld de wc op school erg vies vinden. Ook kunnen deze kinderen tijdens het spelen of gamen met gemak hun plas 3 of 4 uur ophouden en droog blijven. Met deze forse blaasinhoud is het uiteindelijk moeilijker om goed leeg te blijven plassen. De blaas is dan niet meer een mooie ballon maar vormt zich tot een soort 'hangzak' waar plas in achterblijft. Het legen van de blaas is dan een stuk moeilijker en kinderen moeten dan vaak persen om de plasstraal op gang te brengen. Hierdoor ontwikkelen zij een verkeerde plasteknik wat droog blijven en leegplassen nog moeilijker maakt. Hierdoor neemt de kans op een urineweginfectie toe.

Wat kan er aangedaan worden?

Om de plasklachten op te lossen, is voorlichting, training en advies nodig. In sommige gevallen wordt de training ondersteund met vaste plastijden of een plashorloge. In enkele gevallen vindt een verwijzing plaats naar een (kinder) bekkenfysiotherapeut of kinderuroloog.

Thuis trainen

U krijgt als ouder/verzorger de rol van enthousiaste supporter. Iedere avond beoordeelt u het resultaat van de opdracht(en) en bekrachtigt dit door er bijvoorbeeld een leuke opmerking bij te schrijven. Na een aantal weken moet uw kind terugkomen op de polikliniek om het resultaat te bespreken. Tussentijds vinden ook telefonische afspraken en/of mailcontacten plaats. Bij een goed resultaat kan de training langzaam afgebouwd worden. Bij positieve afronding van de training ontvangt uw kind een diploma.

3

In sommige gevallen verbeteren de plasklachten weinig en blijft een goed resultaat uit. Het kan zijn dat de training voor uw kind nog te moeilijk is of dat het voor uw kind niet het juiste moment is om met de training te starten. Ook kan het zijn dat er op gedragsmatig gebied meer speelt. Er wordt dan, in overleg met de kinderurotherapeut, de kinderarts, de ouder/verzorger en het kind, besloten een pauze in te lassen of een verwijzing naar de kinderpsycholoog in gang te zetten.

Tenslotte

In het algemeen is het zo dat gedurende de training uw kind met kleine stapjes vooruit zal gaan. Soms kan uw kind een terugval hebben. Dit is heel gewoon! Denk maar aan topsport; daar wordt ook het ene moment een goede prestatie geleverd terwijl het de volgende dag weer minder gaat. Wel geldt altijd dat de kans op

succes het grootst is als uw kind gemotiveerd is.